Повар-малыш

Самые вкусные БЛЮДА

из яиц, творога, молока

Самые вкусные блюда из яиц, творога, молока

Содержание

4. Вареные яйца в рыбном паштете и в кляре
5. Форшмак «Цветущая клумба»
6. Закуска «Солнце в авоське»
7. «Матрешки»
8. Яйца, фаршированные печенью трески
9. Яйца под зеленым соусом
10. Пикантные «ромашки»
11. Салат «Мимоза»
12. Яичные рулетики с сыром
13. Яичный суп с сыром и зеленью
14. Овощной суп с молоком
15. Помидоры, фаршированные яйцами
16. Яичный суп с рисом и сыром
17. Окрошка
18. Суп с тыквой и молоком
19. Омлет с грибами и маслинами
20. Омлет с креветками
21. Тыквенник
22. Грибы, запеченные с яйцами и сыром
23. Шницель с глазуньей
24. Крупеник с творогом
25. Шоколадный торт с творожной начинкой
26. Пирожки с яйцами и зеленым луком
27. Творожный десерт с цукатами
28. Крем кофейный
29. Заварной крем со взбитыми сливками
30. Творожный крем с ягодами
31. Молочный коктейль с малиной

Вареные яйца в рыбном паштете и в кляре

- *2 вареных яйца*
- *1 луковица*
- *200 г рыбного паштета*
- *1 сырое яйцо*
- *50 г сливочного масла*
- *4 ст. ложки панировочных сухарей*
- *4 ломтика белого хлеба*
- *5—6 ст. ложек растительного масла*
- *листья салата*
- *соль*
- *перец черный молотый*

Выпотрошенную и разделанную на порционные куски рыбу обжарить на растительном масле. Затем отделить мясо от костей. Филе рыбы и луковицу пропустить через мясорубку, добавить 50 г сливочного масла, 1 сырое яйцо, соль и перец, все перемешать до получения однородной массы. Взять немного рыбного паштета, облепить им вареное яйцо. Таким же образом сформировать еще одну котлету. После этого обвалять их в панировочных сухарях и обжарить в масле. На отдельной сковородке обжарить белый хлеб до появления румяной корочки. Готовые и остывшие котлеты разрезать на две равные части и выложить каждую на гренку.

Форшмак «Цветущая клумба»

- *3 крупные сельди*
- *5 вареных клубней картофеля*
- *2 вареные моркови*
- *2 яйца*
- *4 ст. ложки майонеза*
- *1/2 пучка зелени петрушки*
- *соль*

Рыбу разделать на филе, измельчить его, уложить часть на большое плоское блюдо по кругу и смазать майонезом.

Картофель нарезать кубиками, выложить по кругу на слой сельди, посолить и смазать майонезом.

Сверху снова выложить сельдь, но по кругу меньшего диаметра, смазать слой майонезом, затем выложить картофель. В итоге должен получиться конус с плоской площадкой для украшения.

Вареную морковь очистить, нарезать вдоль тонкими ломтиками, выложить их по горизонтали друг на друга и свернуть в виде розочки.

Украшение выложить на площадку. Яйца нарезать кружками и уложить их на форшмак вокруг розочки. Форшмак украсить веточками петрушки.

Закуска «Солнце в авоське»

Картофельное пюре можно разогревать в микроволновой печи до трех раз без потери вкусовых качеств.

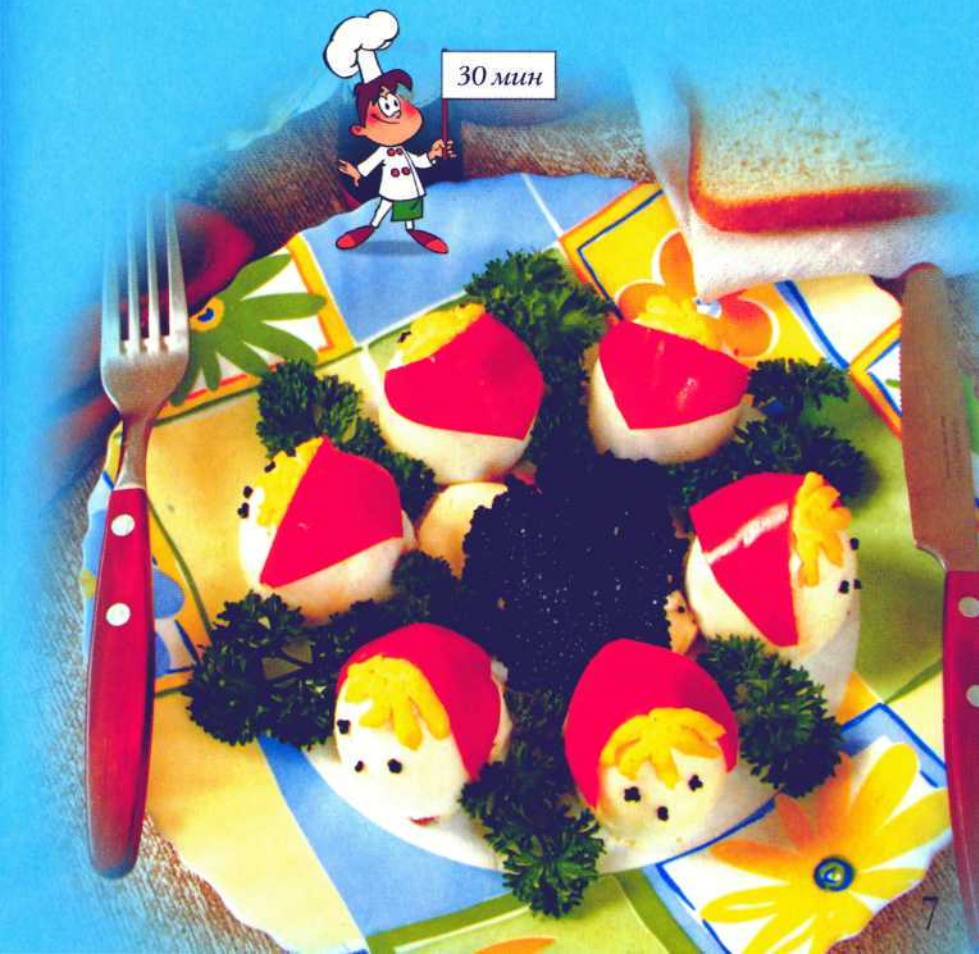
- *1 городская булка*
- *70 г сливочного масла*
- *2 клубня картофеля*
- *1 яйцо*
- *50 г сыра*
- *1/2 ч. ложка куркумы*
- *соль*
- *зелень укропа и петрушки для украшения*

Картофель нарезать крупными кусочками, положить в кастрюлю, залить 1 стаканом воды и варить 5 минут до готовности. Сыр натереть на терке. Зелень измельчить.
С городской булки срезать верхнюю часть, из нижней выбрать мякиш, а внутри смазать маслом. Отваренный картофель размять, посолить, добавить куркуму, сливочное масло и перемешать.
В подготовленную хлебную коробочку выложить картофельное пюре, оставив в центре углубление, в которое выпустить сырое яйцо. Края пюре оформить в виде волны. Сверху закуску посыпать тертым сыром и рубленой зеленью. Запекать закуску в печи 1,5—2 минуты при мощности 80%.

«Матрешки»

- *6 яиц*
- *2 крупных стручка болгарского перца*
- *150 г ветчины*
- *50 г сливочного масла*
- *3 ст. ложки отварных грибов*
- *3 ст. ложки черной икры*
- *1 пучок зелени петрушки кудрявой*
- *перец черный молотый*
- *соль*

Яйца разрезать поперек. Вынуть желтки и растереть половину со сливочным маслом. Ветчину нарезать кусочками и добавить в желтковую массу. Грибы и часть зелени измельчить, смешать с приготовленной массой, посолить, поперчить и перемешать. Перцы нарезать так, чтобы получились «косынки» для «матрешек». Половинки яиц заполнить приготовленной начинкой, соединить, чтобы получились «матрешки», сделать из оставшихся желтков волосы, а из икринок — глаза и нос, надеть «косынки». Выложить закуску на плоское блюдо и украсить веточками петрушки и черной икрой.



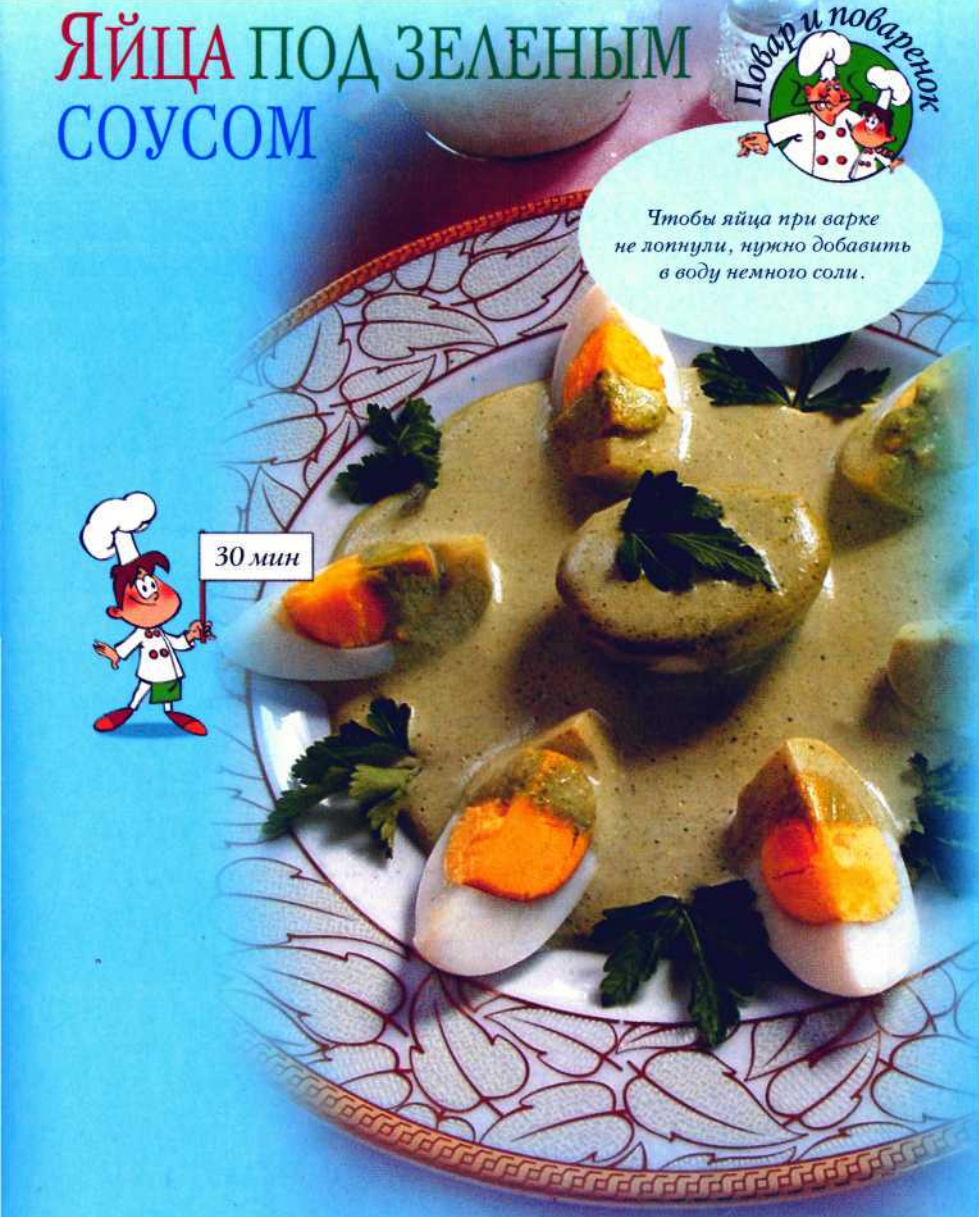
- *9 яиц*
- *1 луковица*
- *1 банка печени трески*
- *1 банка оливок*
- *20 г сливочного масла*
- *1 ст. ложка майонеза*
- *1 пучок зелени петрушки и укропа*
- *соль*

Яйца разрезать каждое пополам и вынуть желтки. Часть зелени петрушки измельчить.

Лук мелко нарезать.
Соединить печень трески с яичными желтками, добавить сливочное масло и все растереть.
Добавить майонез, соль, зелень петрушки, репчатый лук и перемешать. Полученной массой заполнить половинки яичных белков.
Зелень укропа нарезать.
Фаршированные яйца украсить оливками, веточками петрушки, посыпать зеленью укропа.

Яйца, фаршированные печенью трески

Яйца под зеленым соусом



Чтобы яйца при варке не лопнули, нужно добавить в воду немного соли.

- *2 вареных яйца*
- *100 г листьев салата*
- *1 ст. ложка майонеза*
- *зелень петрушки*

Яйца отварить, очистить и разрезать первое на 4 части, а второе сначала — на две половинки, а затем одну из них — еще раз пополам.

Для приготовления зеленого соуса листья салата промыть, нарезать небольшими кусками и вместе с ложкой майонеза смешать в блендере до получения однородной массы светло-салатового цвета. Четвертинки яиц выложить на тарелку, полить соусом и украсить зеленью петрушки.

Пикантные «Ромашки»

- *4 круглых ломтика ржаного хлеба с кунжутом*
- *4 сваренных вкрутую яйца*
- *100 г сыра*
- *1 небольшой помидор*
- *20 г сливочного масла*
- *1 ст. ложка майонеза*
- *1 ч. ложка горчицы*
- *перец красный молотый*
- *соль*
- *зелень петрушки и укропа*

Сливочное масло размягчить. Яйца очистить от скорлупы. Сыр натереть на мелкой терке. Яйца разрезать вдоль на половинки, отделить желтки и растереть их с майонезом, солью, перцем, горчицей и половиной тертого сыра. Яичные белки нарезать тонкими ломтиками-лепестками, помидор — тонкими кружочками. Ломтики хлеба смазать с одной стороны размягченным сливочным маслом, с другой — желтковой пастой, затем уложить в форму. В центр каждого ломтика хлеба уложить кружочек помидора, по краям — лепестки из яичного белка, сверху посыпать оставшимся тертым сыром. Запекать в течение двух минут при полной мощности до начала плавления сыра.

Салат «Мимоза»

- *2 клубня картофеля*
- *1 морковь*
- *3 вареных яйца*
- *рыбные консервы в масле*
- *1 луковица*
- *майонез*
- *листья салата*
- *соль*

Чтобы майонез был более нежным на вкус, рекомендуется добавить в него несколько ложек сметаны.

Картофель и морковь отварить в подсоленной воде. Овощи остудить и натереть на крупной терке. Лук очистить и нарезать мелкими кубиками. Белки отделить от желтков, желтки натереть на мелкой терке, а белки нарезать. Плоское блюдо выстелить листьями салата. Далее выложить рыбные консервы, полить майонезом. После этого положить слой измельченных белков. Затем положить слоями лук и картофель. Вновь все полить майонезом. Далее положить слой моркови и смазать майонезом. Сверху все посыпать тертым желтком.

Яичные рулетики с сыром

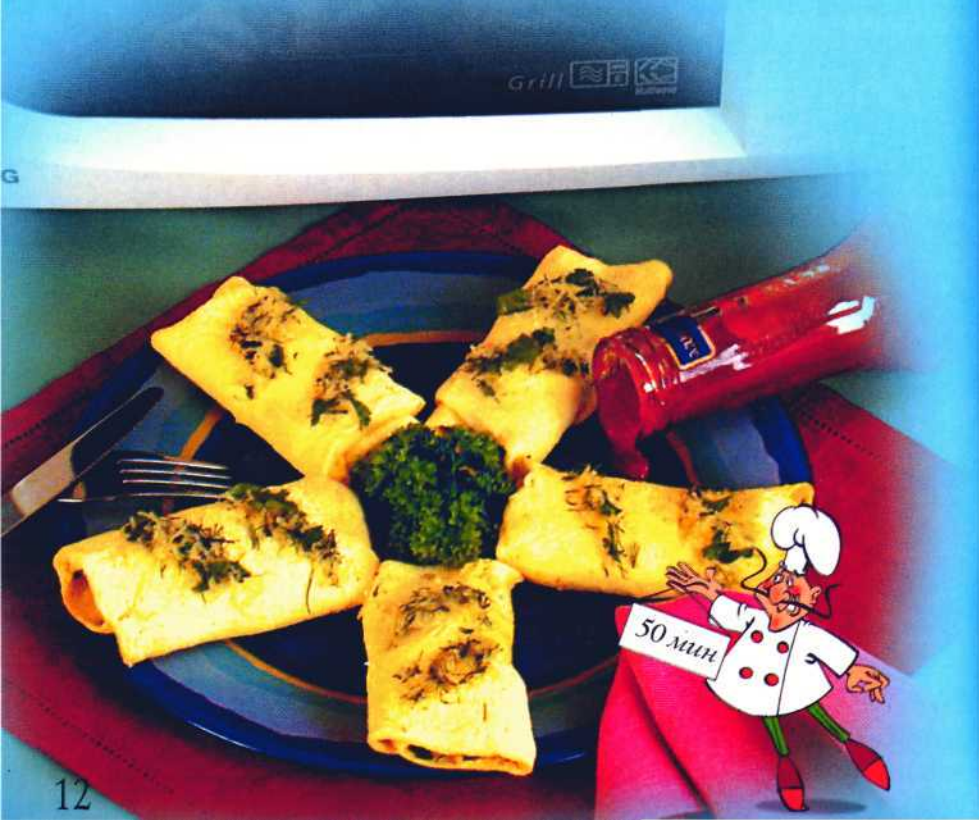
- *4 яйца*
- *150 г сыра*
- *4 ст. ложки сметаны*
- *50 г сливочного масла*
- *1 пучок зелени петрушки и укропа*
- *перец черный молотый*
- *соль*

Чтобы яичные блинчики не пересыхали по краям, их нужно выпекать, накрывая форму пленкой и оставив небольшое отверстие для выхода пара.

Сыр натереть на мелкой терке. Яйца смешать со сметаной, посолить, поперчить и взбить. В продолговатой керамической форме выпечь 8 тонких яичных блинчиков при мощности 80%. Перед тем как налить очередную порцию яично-сметанной смеси в форму, ее нужно тщательно смазать сливочным маслом.

Для приготовления начинки зелень мелко нарубить и смешать с тертым сыром.

Готовые блинчики равномерно посыпать смесью сыра и зелени и свернуть в рулетики. Рулетики разложить на плоском блюде, украсить, посыпав той же смесью, и подрумянить в течение 30—40 секунд в режиме гриль.



Яичный суп с сыром и зеленью

- *2 яйца*
- *1/2 ст. ложки лимонного сока*
- *200 г риса*
- *50 г сыра*
- *1 стакан куриного бульона*
- *веточка петрушки*
- *соль*

Белки отделить от желтков. Белки взбить до образования пышной пенообразной массы.

В кипящую воду всыпать рис и варить до готовности. Сваренному рису дать постоять 15—20 минут в теплом месте, после чего ввести яичные желтки и все перемешать. Во взбитые яичные белки ввести куриный бульон, лимонный сок и взбить.

В полученную смесь добавить вареный рис и тертый сыр, все перемешать.

- *300 г тыквы*
- *2 клубня картофеля*
- *1 морковь*
- *1 луковица*
- *1 болгарский перец*
- *1 помидор*
- *100 мл молока*
- *5 ст. ложек растительного масла*
- *соль*

Тыкву очистить от кожуры и семян и нарезать кубиками.
Помидор нарезать кубиками.
У болгарского перца удалить семена, нарезать кусочками. Картофель нарезать кубиками. Морковь нарезать соломкой. Очищенный лук нашинковать.
Подготовленные овощи, кроме помидора, положить в кастрюлю с растительным маслом и жарить под крышкой 6 минут при мощности 80%. Затем залить тремя стаканами кипятка, посолить, добавить помидор, перемешать и варить 3 минуты при мощности 40%. Влить в суп молоко, еще раз перемешать и прогревать в печи 1 минуту при минимальной мощности.

Овощной суп с молоком

Помидоры, фаршированные яйцами

Для приготовления фаршированных помидоров рекомендуется использовать томаты твердых сортов, так как они дольше будут сохранять форму.

- *2 помидора*
- *2 вареных яйца*
- *зелень лука*
- *50 г майонеза*
- *перец черный молотый*
- *соль*
- *зелень*

С двух сторон каждого помидора аккуратно сделать надрезы таким образом, чтобы осталась дужка как у лукошка. Сваренные вкрутую яйца мелко нарезать и смешать с измельченным луком. Подготовленную смесь посолить, добавить перец и заправить майонезом.

Из помидоров извлечь мякоть. Помидоры заполнить подготовленным фаршем.

При подаче к столу украсить блюдо листьями салата и веточками петрушки. Фаршированные помидоры могут быть поданы к столу как самостоятельное блюдо или как гарнир к мясному.

Яичный суп с рисом и сыром

- *100 г риса*
- *2 яйца*
- *50 г сыра*
- *400 мл куриного бульона из кубика*
- *1/2 ст. ложки лимонного сока*
- *соль*
- *зелень петрушки для украшения*

Рис перебрать. Яичные белки отделить от желтков и взбить в крепкую пену.
Добавить желтки к белковой пене и продолжать взбивать. Сыр натереть на крупной терке. Рис положить в кастрюлю, залить кипящей водой, посолить, перемешать, накрыть крышкой, поставить в печь и варить 8 минут при мощности 60%.
С готового риса слить воду, выложить его в тарелку.
Охлажденный куриный бульон влить в яичную массу при непрерывном взбивании. Добавить лимонный сок.
В полученную смесь положить рис, 3/4 тертого сыра, перемешать и прогреть в печи 30 секунд при полной мощности.
Перед подачей к столу суп разлить по тарелкам, посыпать оставшимся сыром и украсить веточкой петрушки.

Окрошка

Для приготовления окрошки можно использовать квас и сметану.

- *300 г филе говядины*
- *1 редька*
- *2 клубня картофеля*
- *1 огурец*
- *4 яйца*
- *1 пучок зеленого лука*
- *500 мл кефира*
- *соль*

Картофель отварить. Отварную холодную говядину нарезать мелкими кубиками. Огурец вымыть, картофель очистить. Нарезать оба компонента кубиками. Редьку натереть на крупной терке, лук нашинковать. Подготовленные ингредиенты смешать в глубокой посуде, посолить, залить кефиром. Готовую окрушку разлить по тарелкам, добавить в каждую тарелку нарезанное четвертинками яйцо.

Суп с тыквой и молоком

- *300 г тыквы*
- *2 клубня картофеля*
- *1 морковь*
- *1 луковица*
- *1 болгарский перец*
- *1 помидор*
- *100 мл молока*
- *5 ст. ложек растительного масла*
- *соль*

Супы, приготовленные на овощном бульоне, заправляются сметаной или молоком.

Тыкву очистить от кожицы и сердцевины, нарезать кубиками. Помидор вымыть, нарезать кубиками. Лук очистить и нашинковать.
Предварительно очищенный болгарский перец нарезать кусочками. Картофель нарезать кубиками, вместе с подготовленной тыквой залить тремя стаканами кипящей воды, варить на слабом огне до мягкости. Морковь, лук, болгарский перец и помидор обжарить на растительном масле, положить в суп, посолить и варить 2—3 минуты.
Снять кастрюлю с огня, добавить кипяченое молоко, перемешать.

Омлет с грибами и маслинами

- *3–4 яйца*
- *100 г свежих грибов*
- *4–6 маслин без косточек*
- *1 луковица*
- *2–3 ч. ложки муки пшеничной*
- *50 мл молока*
- *20 г масла сливочного*
- *2 ст. ложки масла оливкового*
- *2 ч. ложки 3%-ного уксуса*
- *зелень петрушки*
- *перец черный молотый*
- *соль*

Грибы вымыть, нарезать ломтиками. Лук нарезать кольцами, сбрызнуть уксусом, посолить и оставить на 10 минут.

Грибы выложить на сковороду с разогретым оливковым маслом, посолить и жарить до готовности.

Зелень петрушки нарубить.

Маслины нарезать колечками.

Яйца взбить с мукой, молоком, солью и перцем.

Яичную смесь вылить на сковороду с разогретым сливочным маслом, довести до готовности. Омлет выложить на блюдо, украсить грибами, маслинами, кольцами лука, зеленью петрушки.

Омлет с креветками

- *2 яйца*
- *150 г молока*
- *100 г вареных креветок*
- *2 ст. ложки муки*
- *сливочное масло*
- *соль*
- *перец черный молотый*
- *укроп*

Яйца взбить до образования воздушной массы. Добавить молоко, муку, соль, перец и перемешать.

На раскаленную сковороду положить кусочек сливочного масла и вылить подготовленную смесь. Сковороду поставить на несильный огонь, накрыть крышкой и готовить 3—5 минут.

Готовый омлет выложить на блюдо, в центр омлета поместить вареные и очищенные креветки. Омлет сложить пополам. Для придания пикантного вкуса омлет можно сбрызнуть лимонным соком.

Тыквенник

Повар и поваренок
Если тыква водянистая, то при варке или тушении уменьшите норму жидкости и увеличьте время тепловой обработки.
30 мин

- *300 г тыквы*
- *300 г пшена*
- *1/2 л молока*
- *50 г сахара*
- *50 г сливочного масла*
- *1 яйцо*
- *50 г панировочных сухарей*

Пшено промыть. Тыкву очистить от кожицы и сердцевины, нарезать кубиками.

В кипящее молоко опустить тыкву, через 4—5 минут добавить пшено, варить 10—12 минут.
В слегка остывшую кашу добавить сливочное масло и яйцо, перемешать до получения однородной массы. Выложить массу в форму для запекания. Посыпать сахаром и панировочными сухарями, запекать в духовке в течение 5—10 минут и подать к столу с молоком.

Грибы, запеченные с яйцами и сыром

- *200 г свежих грибов*
- *4 вареных яйца*
- *3 ст. ложки тертого сыра*
- *2 луковицы*
- *1 ст. ложка растительного масла*
- *перец черный молотый*
- *соль*
- *зеленый лук для украшения*

Некоторые виды грибов, например сморчки, перед обжариванием нужно обязательно отваривать, иначе они будут невкусными.

Репчатый лук очистить и нарезать полукольцами. Грибы нарезать небольшими кусочками и жарить на растительном масле под крышкой 4 минуты при мощности 60%. Затем переложить в стеклянную форму для запекания, посолить и поперчить. Очищенные яйца нарезать кружочками. Разложить кружочки яиц по краю блюда и в центре, сверху посыпать тертым сыром и запекать 4 минуты при мощности 40% и включенном гриле. Перед подачей к столу посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Шницель с глазуньей

- *200 г мяса*
- *2 яйца*
- *3 ст. ложки панировочных сухарей*
- *1 маринованный огурец*
- *зелень укропа*
- *4 маслины*
- *соль*
- *перец черный молотый*
- *3 ст. ложки растительного масла*

Чтобы не снижать вкусовых качеств жареного мяса, его следует готовить незадолго до подачи к столу.

На мясо положить лист целлофана и хорошо отбить кухонным молотком. Шницель посыпать панировочными сухарями, затем черным молотым перцем и солью. В отдельной посуде взбить яйцо и обмакнуть в получившуюся смесь шницель. Шницель жарить на растительном масле до готовности. Выложить его на тарелку. Затем пожарить яйцо и присоединить глазунью к шницелю. Украсить блюдо нарезанными кружочками маслин, веточками укропа и нарезанным соленым огурцом.

Крупеник с творогом

- *300 г гречневой крупы*
- *200 г творога*
- *2 яйца*
- *сметана*
- *50 г сахара*
- *соль*

Запеканки из различных круп с творогом являются прекрасными легкими блюдами для ужина.

Гречневую крупу промыть, подсушить и сварить рассыпчатую кашу. Творог протереть через сито. Смешать кашу с творогом. Добавить соль и сахар. Заправить творожно-гречневую смесь сметаной, взбитой с яйцами.

Выложить смесь в форму для запекания, разровнять, сверху смазать остатками сметаны с яйцом и запекать в духовке до образования золотистой корочки (в течение 10—15 минут). Подавать к столу со сметаной.

Шоколадный торт с творожной начинкой

- *100 г муки*
- *5–6 ст. ложек сахара*
- *3 яичных белка*
- *400 г мягкого сладкого творога*
- *100 г малинового джема*
- *150 мл сливок*
- *10 г желатина*
- *100 г тертого шоколада*
- *панировочные сухари*

Замесить бисквитное тесто из яичных белков, муки, 100 г сахара. Разложить его в 3 смазанные маслом и посыпанные сухарями формы и выпекать в режиме «микроволны + конвекция» по 15 минут каждый. Творог взбить с малиновым джемом. Приготовленную начинку выложить на 2 коржа и сформировать торт. Сливки взбить с оставшимся сахаром и растворенным желатином. Полученным кремом смазать бока и верх торта, оставив небольшую часть для украшения. Обсыпать торт со всех сторон шоколадом и украсить кремовыми цветками.

Пирожки с яйцами и зеленым луком

- *500 г дрожжевого теста*
- *100 г отварного риса*
- *3 вареных яйца*
- *небольшой пучок зеленого лука*
- *75 г сливочного масла*
- *перец черный молотый*
- *соль*

Яйца очистить и нарубить. Зеленый лук нашинковать.

Выложить яйца в рис, добивать сливочное масло, посолить, поперчить и перемешать. Смешать начинку с зеленым луком. Сформовать из теста и начинки пирожки и выпекать их на смазанном маслом подносе 10 минут при мощности 80% и включенном гриле. Затем смазать растопленным маслом и подрумянить в гриле.

Творожный десерт с цукатами

- *500 г творога*
- *2 ст. ложки сахара*
- *50 г цукатов*
- *100 г бисквитного печенья*
- *50 г шоколадной крошки*
- *100 г малинового мусса*

Чтобы творожный десерт получился более воздушным, творог нужно несколько раз пропустить через мясорубку.

В глубокой миске смешать творог, сахар и цукаты. В творог добавить шоколадную крошку и перемешать. Дно и бока металлической посуды выложить бисквитным печеньем и пропитать его малиновым муссом. Пустоты заполнить творожной массой и поставить блюдо на 1 час в холодильник. Перед подачей к столу, перевернув миску, выложить десерт на плоскую тарелку и нарезать порционными кусками.

Крем кофейный

- *2 ч. ложки растворимого кофе*
- *1 стакан сливок 30%-ной жирности*
- *4 ст. ложки сахара*

Соединить сахар со сливками. Сливки взбить с сахаром до образования густой однородной массы. Сахар ввести постепенно. Кофе соединить с 2 ч. ложками сливок, размешать и добавить во взбитые сливки. Кофейный крем можно подавать как отдельное блюдо и как дополнение к печенью или бисквиту.

Заварной крем со взбитыми сливками

- *500 мл молока*
- *250 г сахара*
- *70 г муки пшеничной*
- *3 яйца*
- *50 г масла сливочного*
- *1 пакетик ванильного сахара*
- *100 г сливок*
- *150 г смородины красной*
- *2 ст. ложки смородинового сиропа*

Муку спассеровать на сливочном масле. Яйца разбить, растереть с 200 г сахара. Помешивая, влить горячее кипяченое молоко, добавить ванильный сахар. Молочную массу соединить с мукой, перемешать. Кипятить в течение 5 минут, протереть через сито. Крем слегка взбить. Смородину добавить в крем. Сливки взбить с оставшимся сахаром, выложить в креманки, залить кремом, полить сиропом.

Если заварной крем используется для пирожных, то на 250 г крема добавляют 200 г сливочного масла.

Творожный крем с ягодами

Для приготовления творожного крема вместо сливок можно использовать сгущенное молоко или сливочное масло.

- *200 г творога*
- *200 г сливок*
- *150 г сахара*
- *1 пакетик ванильного сахара*
- *2 ст. ложки меда*
- *150 г красной и черной смородины*
- *1 апельсин*
- *2–4 персика консервированных*

Апельсин разделить на дольки. Консервированные персики разделить на половинки. Творог протереть через сито, перемешать с ванильным сахаром. Сливки взбить с сахаром. Сливки и творог смешать, небольшое количество крема отложить для украшения. В креманки выкладывать слоями творожный крем и смородину. Последний слой из крема украсить ягодами смородины, половинками персиков, дольками апельсина. Оставшийся крем перемешать с медом и переложить в кондитерский шприц. С помощью кондитерского шприца оформить верх десерта розочками.

Молочный коктейль с малиной

- *500 мл молока*
- *200 г мороженого сливочного*
- *150 г малины*
- *1 лимон*
- *1 ст. ложка сахара*
- *1 ч. ложка малинового ликера*
- *пищевой лед*

Малину перебрать, вымыть, протереть через сито.
В малину положить сахар, помешивая, довести до кипения на слабом огне.

С половины лимона снять цедру. Часть второй половины лимона нарезать тонкими кружочками. Из оставшейся части лимона выжать сок. Молоко перемешать с размягченным мороженым. Добавить лимонную цедру и сок. Влить малиновый сироп и ликер, добавить измельченный пищевой лед. Готовый коктейль перелить в стаканы.
Края стаканов украсить кружочками лимона.

С 17 **Самые** вкусные блюда из яиц, творога, молока. — М.: Эксмо, 2006. — 32 с: ил.

Молоко, творог, сметана, яйца входят в меню каждого человека. Это не только ценные пищевые продукты, но и лечебные средства, полезные при истощении, малокровии, болезнях печени. Очень вкусные вещи можно сделать из творога. Яйца являются полноценным дополнением к овощам, фруктам, макаронным изделиям. Молоко — это универсальный продукт, являющийся основной составляющей многих кулинарных рецептов. Даже незначительное добавление молока совершенно меняет вкус любого блюда. Из нашей книги вы узнаете, как с помощью этих нехитрых ингредиентов сделать обыкновенное блюдо экзотическим.

УДК 641/642
ББК 36.99

ISBN 5-699-17304-8

© ООО «Издательство «Эксмо», 2006

www.natahaus.ru

Дизайн оформления *Н. Кудря*

САМЫЕ ВКУСНЫЕ БЛЮДА ИЗ ЯИЦ, ТВОРОГА, МОЛОКА

Ответственный редактор *Т. Радина*
Редактор *А. Братушева*
Художественный редактор *Н. Кудря*
Технический редактор *М. Печковская*
Компьютерная верстка *С. Карпухин*
Корректор *Е. Сырцова*

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел.: 411-68-86, 956-39-21.
Home page: **www.eksmo.ru** E-mail: **info@eksmo.ru**

Оптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: **reception@eksmo-sale.ru**

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:

В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.
Тел. отдела реализации (812) 365-46-03/04.

В Нижнем Новгороде: ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3.
Тел. (8312) 72-36-70.

В Казани: ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (8435) 70-40-45/46.

В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70.

В Екатеринбурге: ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а.
Тел. (343) 378-49-45.

В Киеве: ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52.

Во Львове: Торговое Представительство ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Бузкова, д. 2.
Тел./факс (032) 245-00-19.

Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:
117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.
127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 745-89-15, 780-58-34.
Информация по канцтоварам: **www.eksmo-kanc.ru** e-mail: **kanc@eksmo-sale.ru**

Подписано в печать 31.07.2006 г.
Формат 60x100 $^1/_{16}$. Гарнитура «Светлана». Печать офсетная. Бумага мел. Усл. печ. л. 2,22.
Тираж 10000 экз. Заказ 60.
Отпечатано с готовых диапозитивов на ОАО «Альянс «Югполиграфиздат», фабрика «Офсет»
400001, г. Волгоград, ул. КИМ, 6.

Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах,
и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена!
www.natahaus.ru